

EL SENTIR EN LA FORMACIÓN DEL PSICOTERAPEUTA *

POR

PST. VERÓNICA ELIZABETH MUÑOZ LOZANO **

Sobrevivir es una técnica,

Vivir es un arte

Luis Hornstein

Es mi último trabajo como estudiante de SOPPAC, tal vez debí optar por escribir sobre el Impulso de Muerte, el Psicoanálisis en la Institución o una reseña sobre la obra de Piera Aulagnier, todos estos, temas que me generan mucho interés. Pero decidí que no. Quiero hablar de la teoría y la clínica de otra manera.

La teoría la hemos aprendido a lo largo de 6 años; leyendo, asistiendo a seminarios, congresos, escuchando con interés y atención a los maestros y compañeros. En cuanto a la clínica deseo plasmar lo que implica formarse como psicoterapeuta. Me permito utilizar este espacio y su tiempo, porque creo importante mostrarles algo de lo mucho que hemos aprendido.

Hoy volteamos al otro lado de la dída.

El psicoterapeuta es el tema.

Hoy exponemos lo que puede ser su historia y su sentir.

En un trabajo presentado para un congreso (1999) hablaba de lo que para un psicólogo implica acompañar a otro ser humano, con la fantasía de ser como su hada madrina. Ahora hemos aprendido muchas cosas, es como ir al colegio de magia y hechicería de Hogwarts (Harry Potter) y convertirse en hechiceros. Con toda la connotación que la palabra implica para el paciente y el psicoterapeuta. Pareciera que en la licenciatura nos graduamos de aprendices y a lo largo de la Maestría y Formación hemos vivido la adolescencia con el objetivo de alcanzar la adultez al terminar.

El paciente se desnuda, cuenta su historia y se deja llevar por la libre asociación, también el terapeuta lo hace se entrena para abrir sus sentidos, sus afectos, su empatía, sin defensas. Se abre para sentir al Otro.

Es otra forma de desnudo, pero es un desnudo. Es como la madre que se da para que el hijo explore y entrene sobre ella, se vuelve depositaria: de ternura, de caricias, de escupitajos, de ofensas, de sadismo, de creatividad.

* Trabajo presentado en la Sesión Científica de Junio del 2004 en la Sociedad de Psicoterapia y Psicoanálisis del Centro, A. C. en la ciudad de León, Gto.

** Psicoterapeuta de la Sociedad de Psicoterapia y Psicoanálisis del Centro, A.C.

El paciente espera del terapeuta la mirada consoladora, de aceptación, de diferenciación, de individuación, hasta de reproche, porque también esto lo hace sentirse 'un ser diferenciado'. Winnicott¹ nos alerta sobre la importancia de hablarle al paciente del odio que nos despierta, para que pueda reconocer esa parte que también es suya, y como hace actuar al otro por medio de esto.

El psicoterapeuta también tiene que aprender sobre el odio que despierta en el paciente, en las demás personas y como manejarlo.

Al paciente hay que enseñarle como salir a luchar por la sobrevivencia de manera diferente; digna de vivirse, capaz de gozarse, de compartirse y también de sufrir. Pero esto hay que aprenderlo primero en uno mismo, muchas veces hay que aprenderlo juntos, psicoterapeuta y paciente, lo que significa acompañarse.

Es un trabajo duro; varias horas continuas en el consultorio, y no hay que desquebrajarse, no dejarse invadir permanentemente del dolor del Otro, del desaliento, de la desesperanza, del resentimiento, de la manía o la omnipotencia.

No ha sido fácil, han habido muchos momentos donde el dolor invade, satura, inunda y el deseo más intenso es abandonarlo todo, abandonarse al no sentir, cerrar los ojos al otro (llámese paciente, compañero, maestro o supervisor).

Aprender en carne propia -en el análisis, en la supervisión, en los seminarios- que el dolor guiado por Eros hace crecer, fortalece... Humaniza. Parece que hasta ahora, en nosotros, ha prevalecido el impulso de vida, el deseo de crecer, de compartir con otros, de dar la mano al compañero o al paciente que toca en el umbral de la puerta.

No es fácil '*sentirse*' atacado por el otro y decir '*piensa, no actúes*' '*¿Qué está pasando? ¿Por qué me dice esto? ¿Por qué me trata así?*' Creo que el amor es lo que permite que la madre tolere y contenga la mordida del hijo cuando lo amamanta, y que el terapeuta tolere y contenga las mordidas, a veces juguetonas, otras cargadas de ira y odio, del paciente.

En ocasiones se experimenta una soledad muy grande, escuchas; '*tu analista y tu supervisor te acompañan*', no siempre se logra sentir ésto, sobretodo al principio.

'El niño debe renunciar a creer que el Otro puede seguir garantizándole la verdad del dicho y deberá aceptar su soledad y el peso de la duda'.²

Es como el adolescente que ha internalizado a los padres, ha podido como niño sentirse acompañado, pero cuando entra al proceso de crisis de identidad, cuando debe obtener su propia imagen, hacerse cargo de su propio

¹ Winnicott, D. Cap. 5 El odio en la transferencia

² Hornstein, Luis. Cura Psicoanalítica y Sublimación. Ediciones Nueva Visión. Argentina. 1988. Pág. 33

deseo, cuando tiene que enfrentarse a su sexualidad, a probar sus capacidades intelectuales, físicas, sentimentales, etc. se está solo, nadie puede enfrentarlo por él. Necesita de un proceso largo y doloroso, lleno de experiencias, gratas y no gratas, para que logre identificarse con las figuras, con el rol, y entonces sí, sentirse siempre acompañado.

‘...pero el acceso a ese derecho presupone la renuncia a encontrar en la escena de la realidad una voz que garantice lo verdadero y lo falso. El descubrimiento de que el discurso puede ser portador de verdad o de mentira es, para el niño, tan fundamental como el descubrimiento de la diferencia de los sexos’... ‘Pero este cuestionamiento solo es posible si el discurso materno acepta ser puesto en tela de juicio y reconoce la existencia de un referente que ningún sujeto singular puede encarnar y al que todo sujeto puede apelar’.³

En nuestro caso lo permitieron. Permitieron que cuestionáramos, dudáramos y expusiéramos nuestro propio pensamiento. Hemos logrado identificarnos y sentir la compañía continua que te da el lograr hacer tuyo aquello que tus objetos buenos te dieron.

‘Si la madre puede reconocer que no puede saber siempre lo que el hijo piensa, el pensamiento del niño puede obtener una prima de placer’⁴

Ha sido realmente placentero escribir un ensayo para un seminario, para cada seminario, plasmar lo aprendido, lo comprendido y lo cuestionado. Hoy mismo es un placer poder usar este medio para comunicar todo este sentir. Esto se da en todos los espacios; como paciente, como alumno y como supervisando. Sentir que el Otro respeta y escucha con interés ese saber diferente. Es aprender a hacer esto con el paciente, hacerle saber *que lo que él sabe, no lo sabe nadie más y nadie más lo puede comunicar, que es un saber que solo él puede decir.*

El grupo de clase ‘acompaña’. Como pares, escuchan las quejas que se hacen sobre los padres analistas, maestros, supervisores, institución, carencia de tiempo, exceso de trabajo, etc. En esta profesión (¿arte?) es muy importante tener un buen grupo de pares, nosotros lo tenemos; escucha, comparte, alimenta, regaña, cuestiona, confronta, algunas veces... lastima. Y todo esto se convierte en material de análisis y de crecimiento.

En carne viva se aprende lo que es una resistencia, un lapsus, una defensa, una carencia, un conflicto, la envidia, los celos, la ira, el rencor, la ternura, la desilusión, la disociación, la identificación y tantas otras cosas que dice la teoría.

Aprendes a ponerle nombre a muchos afectos, recuerdos y sentires.

‘El yo y la adquisición del lenguaje son tributarios del proceso identificatorio. Es a través del otro que le ponemos palabras a las cosas’⁵

³ Ibid. Pág. 34

⁴ Ibid. Pág. 34

⁵ Ibid. Pág. 45

Aprendes a respetar y valorar al paciente, porque dentro, o mejor dicho a pesar de su sufrimiento fue capaz de ayudarse, de confiar en otro ser humano, de amarse y amar a los demás para buscar cambiar a pesar del costo que esto implique. Aprendes a valorar esto en ti mismo y en todos tus compañeros de profesión.

Hay momentos en los que al acompañar al paciente se siente y se piensa:

Tengo que sentir el dolor que no te atreves a sentir
Tengo que llorar las lágrimas que no pueden salir de tus ojos
Mientras no aprendas a hacerlo por ti mismo
He vivenciado en mí tu dolor y desesperación
Conozco tu sentimiento de soledad e impotencia
Hemos aprendido juntos
He llorado tus pérdidas y fracasos
He vivido contigo tus fantasías
Te he visto crecer y ser feliz
Pero también he visto como te vas enojado e incomprendido
No ha sido fácil, ni para ti, ni para mí
Ambos hemos sacrificado mucho,
Porque creemos que la riqueza de la vida
Está en el contacto con otro ser humano
En la escucha y en la palabra.

Como cambia uno, ya no se puede ser el mismo.

Aprendes que no hay un final. Que no hay teoría terminada, ni que contenga toda la verdad. Que la verdad es relativa y el respeto por el otro y por ti mismo va templando las relaciones.

Aprendes a respetar a cada maestro, con su forma de pensar y transmitir su conocimiento, agradeces su generosidad, toleras sus fallas como sabes tolera las tuyas.

Aprendes a respetar a cada autor que lees, porque fue capaz de compartir su tiempo para decirle al otro lo que creía. Porque tuvo la osadía de 'pensar', de cuestionarse, de decir algo diferente.

Porque fue capaz de enfrentar el rechazo y la crítica, que su palabra podía suscitar. Porque fue capaz de SER ÉL MISMO. Tal vez esta es la meta final del psicoterapeuta, del hombre, del paciente. SER UNO MISMO Y ACEPTARSE POR ESO Y A PESAR DE ESO.

Al inicio se toman partes de la institución, del analista, del supervisor, del maestro, del compañero, del autor pero poco a poco durante la formación, en ocasiones sin percatarnos, como le sucede al paciente en su tratamiento, se van integrando en el sí mismo estas partes, y al final se logra ser no una amalgama, sino un ser diferente. Individualizarse, reconocerse.

Nos formamos como psicoterapeutas, nos formamos con el deseo de *transformarnos* en seres humanos mejores. Más conscientes de nuestros defectos, limitaciones, temores, odios y valores. Con la esperanza de entonces poder manejarlos.

Siguiendo a Klein diríamos *tenemos que reconocer nuestra ambivalencia aunque esto nos confunda, en un primer momento, para lograr una posición depresiva. Vivir el duelo de la despedida con la seguridad de que el objeto ya forma parte de nosotros. Para así también facilitar que nuestros pacientes partan.*

Desde Lacan *hemos necesitado ser espejados para ver el hada/o y la bruja/o que hay en nosotros y así lograr rescatar nuestro deseo, para luego ayudar a nuestros pacientes a rescatar el suyo.*

Kohut nos diría *hemos necesitado ser criticados para ver el narcisismo que nos defiende y el dolor intenso que se sufre cuando este se toca, para poder respetar el narcisismo del paciente.*

Si no lo vivimos en nuestro propio proceso no sabremos ayudar al paciente a transitarlo. La lucha es para lograr sublimar nuestra historia, carencias, sufrimientos y defectos. Para disminuir el uso de la represión, negación, compensación. Que aprendamos a vivir.

Entonces descubrimos que ante este deseo manifiesto de ser psicoterapeutas, y ayudar al Otro a sentirse amado y amar, a que escriba su historia, siempre estuvo velado el deseo de aprender a ser NOSOTROS MISMOS, aceptarnos y tener una historia que contarnos.

Hugo Bleichmar (1997) dice que siempre que pensemos o leamos de teoría tenemos que referirlo a la relación con el paciente, aquí planteamos un segundo momento (¿o acaso es el primero?), como se aplica todo lo aprendido o sentido al psicoterapeuta, para poder aprender desde Uno lo que intentamos entender en el Otro.

He puesto en papel el sentir de una psicoterapeuta, les agradezco que me hayan escuchado y sobre todo que me hayan enseñado.

BIBLIOGRAFÍA:

- ≡ BLEICHMAR, Hugo. Avances en Psicoterapia Psicoanalítica. Paidós. España. 1997.
- ≡ HORNSTEIN, Luis. Cura Psicoanalítica y Sublimación. Ediciones Nueva Visión. Buenos Aires. 1988.
- ≡ MUÑOZ L. Verónica. 'El sueño de convertirse en hada madrina'. León. 1999
- ≡ WINNICOTT, Donald W. Escritos de Pediatría y Psicoanálisis. Paidós. 1979